

# Cahier de défis Festifoot U6



## Principes

- “ Les « défis » sont vus comme la **récréation** entre les temps forts que sont les matchs « 2 contre 2 »
- “ Les défis proposés lors du « Festifoot » doivent :
  - “ être des « **jeux** » pour les enfants, et non un entraînement déguisé
  - “ avoir été **répétés au moins une fois** dans le cadre d'un entraînement en club
  - “ nécessiter un **minimum de « matériel »** et de **mise en place** (espace)
  - “ mettre **un maximum d'enfants en mouvement** en même temps
  - “ être **réalisables peu importe le nombre d'enfants** présents
  - “ exclure **l'esprit de « compétition »** entre différents clubs tout en mettant les enfants au défi
- “ Le **degré de difficulté** des défis évoluera au fil des « Festifoot »



## Modèle de progression

Festifoot	Défi 1	Défi 2
1	Le chasseur	1, 2, 3 soleil
2	L'ours	Le bowling
3	Zig Zag	L'esquive
4	Les jumeaux	Écureuils et noisettes
5	Le chat et les souris	Les déménageurs
6	Passer les ponts	Le plus beau but
7	La bombe	Jean a dit
8	Le béret	4 à la suite ou l'épervier

**Les organisateurs sont libres d'adapter le modèle proposé en concertation (à l'avance) avec les autres clubs participants et en fonction de l'évolution des enfants.**



# Forme intermédiaire

## défi : LE CHASSEUR



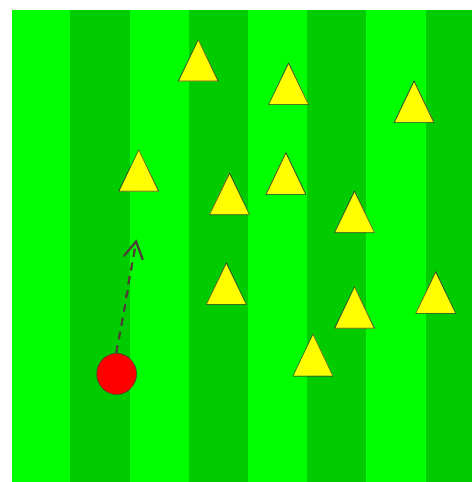
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

- ~ 1 chasuble par enfant
- ~ ½ terrain diabolins
- ~ 12-14 joueurs (à partir de 5-6 joueurs)

### Organisation

- ~ Chaque joueur place une chasuble dans le short = queue
- ~ Au signal, un chasseur tente de récupérer 3 queues
- ~ Le joueur qui a perdu sa queue devient chasseur



### Variantes

- ~ Lorsqu'un joueur n'a plus sa queue, il s'immobilise, les jambes écartées. Il peut être libéré si quelqu'un lui passe entre les jambes
- ~ Idem 2 mais tous les enfants ont un ballon en mains. On peut être libéré si quelqu'un passe un ballon entre les jambes de l'enfant à l'arrêt ET qu'il le récupère
- ~ Les petits chiens = forme classique à 4 pattes

### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est réussi lorsque l'enfant arrive à attraper les 3 queues dans le temps imparti

### Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller à ce que chaque enfant ait l'occasion d'être chasseur
- ~ Veiller à ce que l'exercice soit correctement réalisé : chasuble doit sortir du short



## Forme intermédiaire

### défi : LE CHAT ET LA SOURIS



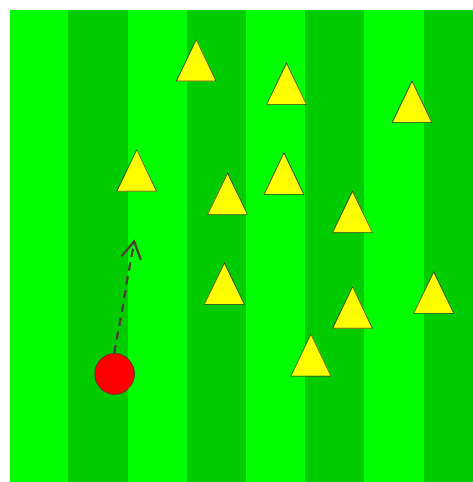
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

- ~ 1 chasuble par enfant
- ~ ½ terrain diabolins
- ~ 12-14 joueurs (à partir de 5-6 joueurs)

### Organisation

- ~ Chaque joueur place une chasuble dans le short = queue et se déplace à 4 pattes (souris)
- ~ Au signal, un chat tente de récupérer 3 queues de souris
- ~ La 1<sup>ère</sup> souris qui a perdu sa queue devient chat



### Variantes

- ~ Lorsqu'un joueur n'a plus de queue, il reste couché, les jambes et bras écartés; Il peut être libéré si une souris passe au-dessus et lui redonne vie

### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est réussi lorsque l'enfant arrive à attraper les 3 queues dans le temps imparti

### Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller à ce que chaque enfant ait l'occasion d'être chasseur
- ~ Veiller à ce que l'exercice soit correctement réalisé : chasuble doit sortir du short, rester dans les limites du terrain



## Forme intermédiaire

défi :

LA BOMBE



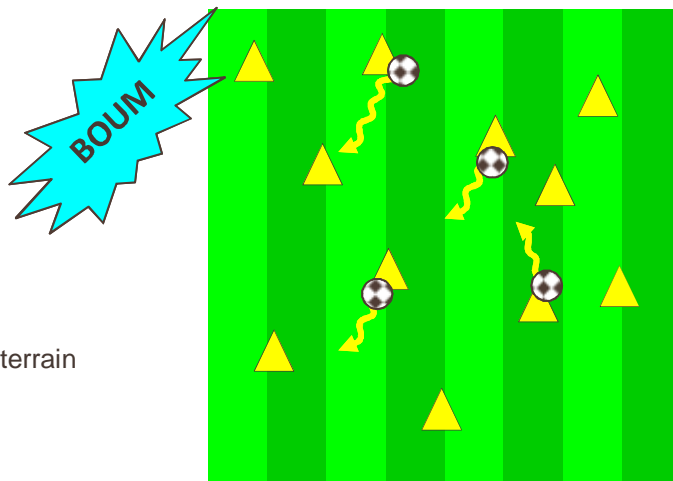
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

- 2-4 ballons
- 1/2 terrain diabolins
- 12-14 joueurs

### Organisation

- Tous les joueurs sont en dispersion sur le terrain
- 4 joueurs ont un ballon = une bombe
- Les autres joueurs sont immobiles
- Le joueur doit vite se débarrasser de la bombe avant qu'elle n'explose et la transmettre à un copain
- Au moment où il donne le ballon, il devient immobile
- Lorsque l'animateur crie « boum » = tous les joueurs qui ont une bombe explosent



### Variantes

- La grenade : 2 ballons, tout le monde à l'arrêt. On se lance la grenade, un enfant dos au terrain crie « boum ». Les deux joueurs qui ont la grenade (balle) perdent une vie (on leur donne un plot qu'ils déposent à leurs pieds ou en plaçant les enfants sur une île (cerceau))

### Objectif du défi - tâche à réaliser

- Le défi est réussi lorsqu'au signal de l'animateur, l'enfant n'explose pas

### Rôle de l'animateur

- Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- Veiller à ce que l'exercice soit correctement réalisé : chaque enfant
  - qui n'a pas de ballon doit rester immobile
  - est obligé d'accepter la bombe



# Forme intermédiaire

défi :

RELAIS



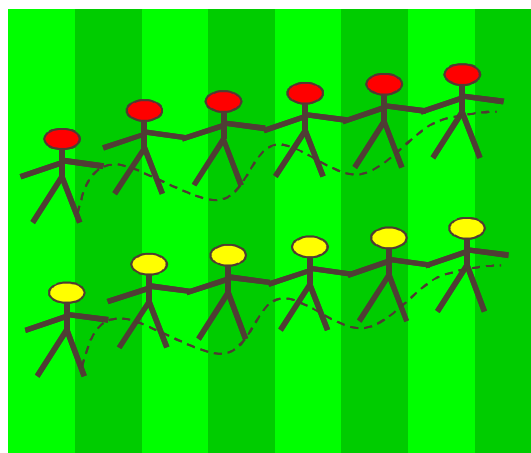
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

## Matériel et descriptif

- ~ Pas de matériel particulier
- ~ 2 ballons
- ~ ½ terrain diabolins, utiliser les lignes existantes
- ~ 12 . 14 joueurs

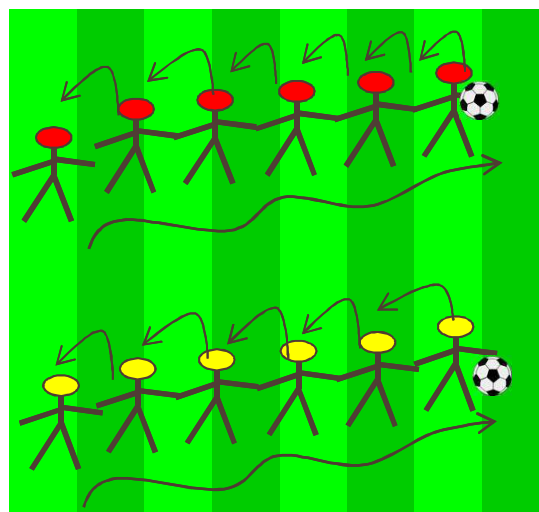
## Organisation

- ~ Les joueurs se tiennent la main, bras à l'horizontale
- ~ Au signal, le dernier joueur part en slalom sous les bras de ses partenaires.
- ~ Quand il arrive au bout, il donne la main au premier de la file.
- ~ Le (nouveau) dernier se met en route
- ~ Rejoindre un point déterminé



## Variantes

- ~ Passer sous les ponts : idem mais on passe entre les jambes des partenaires
- ~ On amène un ballon et quand on est passé le dernier partenaire remonte le ballon jusqu'au début de la file (voir schéma)



## Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est réussi lorsque l'équipe a franchi la ligne en 1<sup>er</sup> ?

## Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller à ce que l'exercice soit correctement réalisé : la chaîne doit rester immobile et ne peut se déplacer



# Forme intermédiaire

## défi : LES JUMEAUX



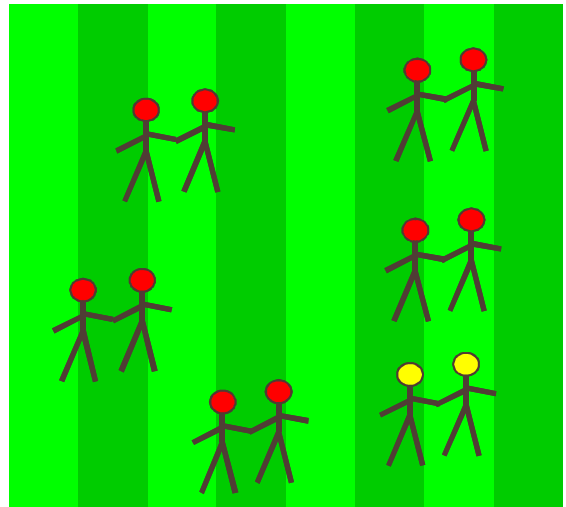
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

- ~ 12-14 joueurs
- ~ Pas de matériel particulier
- ~ ½ terrain diabolins, utiliser les lignes existantes

### Organisation

- ~ Les enfants, par 2, se tiennent par la main
- ~ Un couple est désigné comme chasseurs
- ~ Quand ils touchent un autre couple, celui-ci devient à son tour chasseur



### Variantes

### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est réussi lorsque chaque couple arrive à toucher un autre couple dans un temps imparti (20 sec)

### Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur





## Forme intermédiaire

défi :

4 A LA SUITE



Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

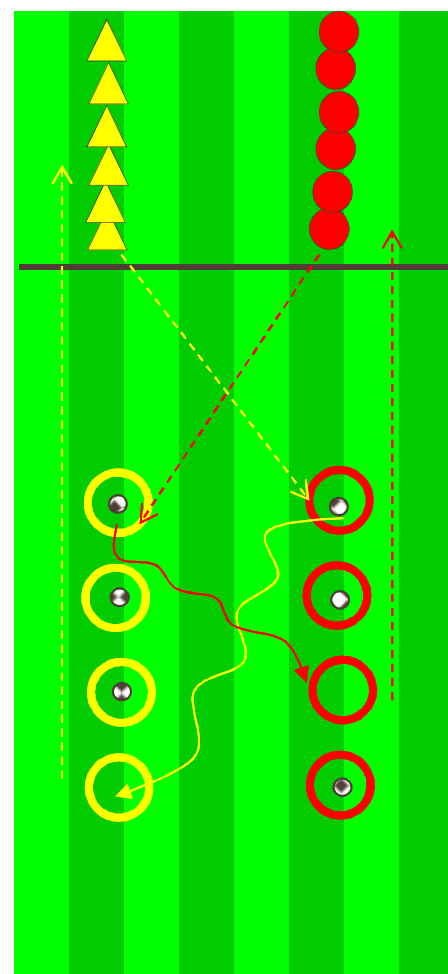
- ~ 2 x 4 cerceaux
- ~ 6 ballons
- ~ ½ terrain diabolins

### Organisation

- ~ Chaque équipe a 4 cerceaux , 3 ballons sont placés dans 3 des 4 cerceaux
- ~ Au signal, 2 joueurs (de chaque équipe) vont chercher un ballon dans un des cerceaux de l'équipe adverse et le dépose dans le cerceau vide de son équipe
- ~ Ils reviennent et passe le relais au 2<sup>ème</sup> joueur

### Variantes

- ~ Idem mais balle au pied
- ~ Placer une porte centrale par laquelle le joueur doit passer en revenant avec le ballon



### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est d'arriver à aligner 4 ballons

### Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller à ce que le ballon soit correctement immobilisé dans le cerceau
- ~ Changer régulièrement les duos



## Forme intermédiaire

défi :

ZIG ZAG



Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

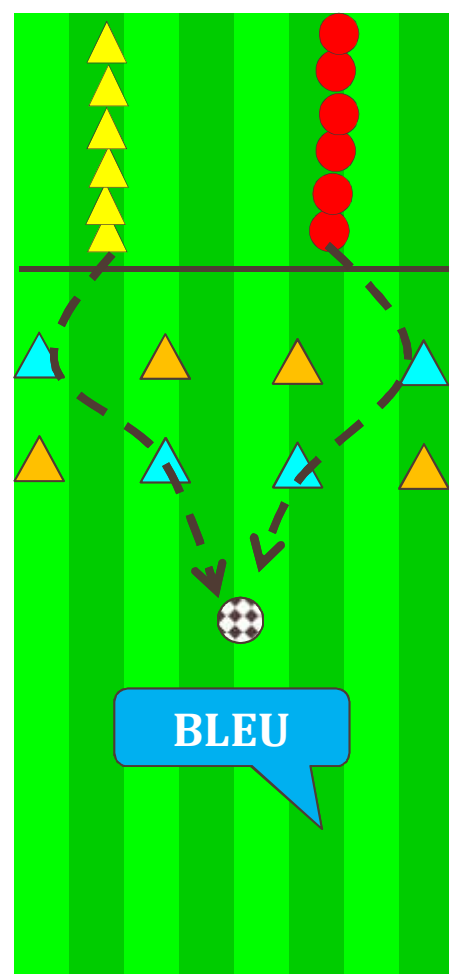
- ~ 2 x 4 cerceaux
- ~ 1 ballon
- ~ ½ terrain diabolins

### Organisation

- ~ Au signal; l'animateur choisit une couleur
- ~ Deux joueurs partent simultanément
- ~ Les enfants doivent d'abord toucher le cône de la couleur indiquée, ensuite le autre et ensuite frapper ou ramasser un ballon

### Variantes

- ~ Placer 2 ou 4 cônes supplémentaires éventuellement de couleurs différentes et augmenter un peu la difficulté  
Veiller à avoir une organisation en miroir afin de ne pas désavantager une équipe



### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est d'arriver premier au ballon

### Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller au respect des règles
- ~ Changer régulièrement es duos



## Forme intermédiaire

défi : LE PLUS BEAU BUT



Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

- ~ 2 piquets
- ~ 6 ballons
- ~ But de diabolins
- ~ ½ terrain diabolins
- ~ Obstacles : petites haies, échelle de rythme, cerceaux, etc.

### Organisation

- ~ Au signal, un joueur de chaque équipe conduit le ballon et bloque le ballon dans la zone délimitée, contourne un piquet et frappe au but

OU

- ~ Court jusqu'au piquet, lance le ballon devant dans la zone et frappe au but

### Variantes

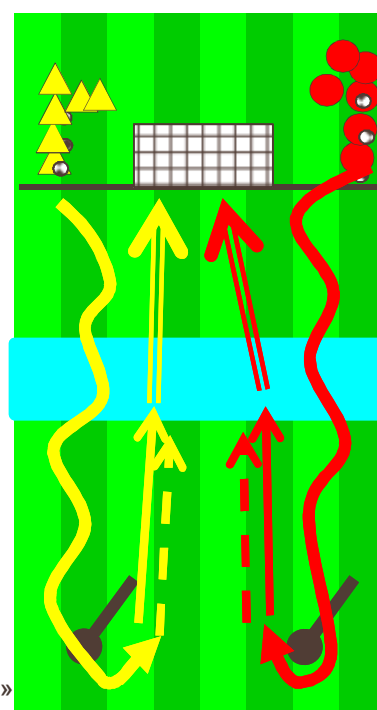
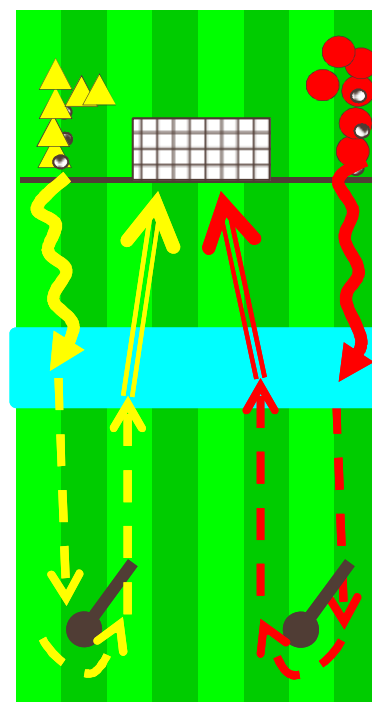
- ~ Rajouter des obstacles : petites haies, échelle de rythme, cerceaux, etc.
- ~ Rajouter un gardien (coach, car dangereux avec 2 tireurs)

### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est réussi lorsque l'enfant arrive à marquer un but après avoir réalisé le parcours correctement

### Rôle de l'animateur

- ~ Ne pas (trop) insister sur la technique de frappe mais privilégier la découverte
- ~ L'animateur intégrera donc au maximum la notion de « réussite »
- ~ Ne pas hésiter à employer des grands buts



# Forme intermédiaire

défi :

LE BOWLING



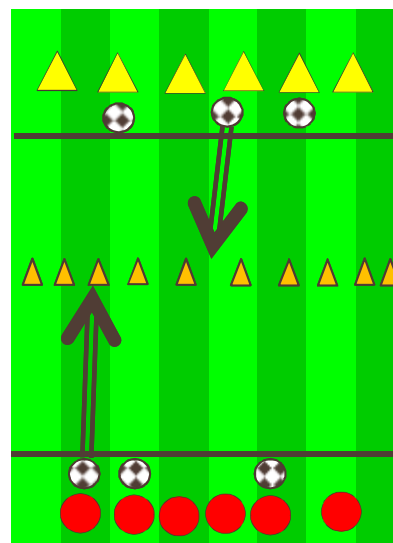
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

## Matériel et descriptif

- ~ 10 cônes
- ~ Plots
- ~ 6 ballons
- ~ ½ terrain diabolins

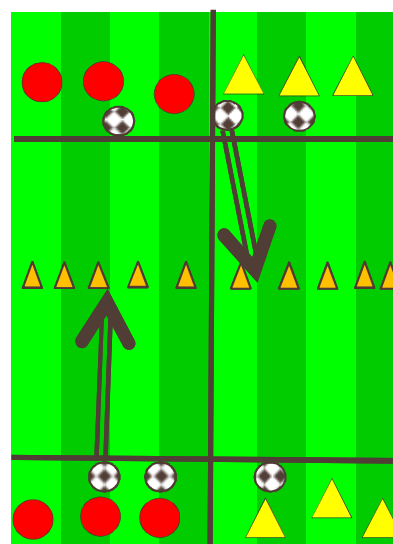
## Organisation

- ~ 10 cônes (= quilles) sont placés au milieu
- ~ Les enfants essaient de les toucher / renverser les quilles



## Variantes

- ~ Constituer 2 équipes
- ~ Diviser le terrain en 2 (utiliser une ligne existante) et placer les membres de la même équipe face à face
- ~ Objectif : tirer pour renverser les quilles



## Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est de renverser le maximum de cônes dans un temps imparti (10)

## Rôle de l'animateur

- ~ Ne pas (trop) insister sur la technique de frappe mais privilégier la découverte
- ~ L'animateur intégrera donc au maximum la notion de « réussite »
- ~ Faire plusieurs manches



# Forme intermédiaire

## défi : LES DEMENAGEURS



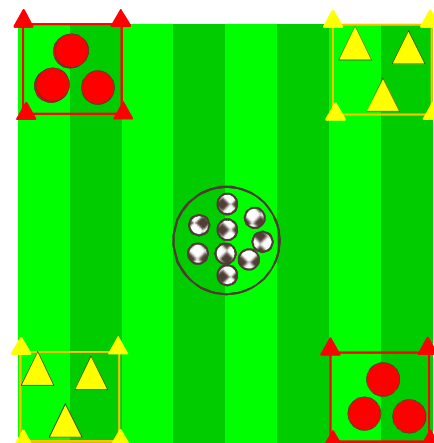
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

- ~ 16 plots
- ~ Minimum 1 ballon/joueur mais maximum de ballons disponibles (possibilité de mélanger des balles de différentes tailles, voire des objets)

### Organisation

- ~ Dans une zone de jeu délimitée, 4 « camps » (= maisons)
- ~ Mettre au centre une réserve de ballons
- ~ Former des équipes de 2 ou 4 joueurs
- ~ Au départ on va chercher les ballons dans la réserve et on les ramène à son camp. Quand il n'y en a plus dans la réserve, on peut voler les « ballons » dans les maisons adverses



### Variantes

Effectuer ce jeu au départ à la main, ensuite au pied

- ~ Il y a un voleur de ballons qui ramène les ballons dans la réserve
- ~ On peut aller en voler un chez les voisins mais il faut le ramener dans la réserve. De là un partenaire peut le ramener dans son camp (développer un esprit de stratégie). La stratégie étant de aller voler dans les maisons où il y en a beaucoup

### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est de avoir le maximum de ballons dans sa maison

### Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller à ce que chaque joueur ne ramène qu'un seul ballon à la fois et qu'un joueur ne gêne pas un autre joueur (regard de l'enfant)
- ~ Lors du jeu au pied, conseiller l'enfant à garder le ballon près du pied
- ~ Faire plusieurs manches



# Forme intermédiaire

défi :

L'OURS



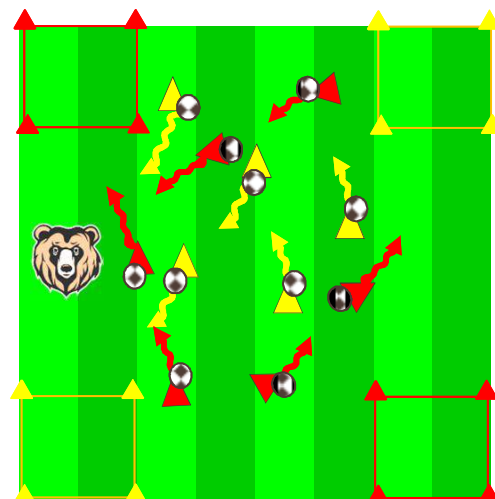
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

## Matériel et descriptif

- ~ 16 plots, un ballon par joueur et 2 plots par enfant
- ~ Minimum 1 ballon/joueur mais maximum de ballons disponibles (possibilité de mélanger des balles de différentes dimensions, voire d'autres objets)

## Organisation

- ~ Tous les joueurs conduisent le ballon dans la forêt
- ~ Un ours dort (l'animateur est couché) et puis se réveille
- ~ Tous les joueurs doivent vite rentrer dans leur maison avant que l'ours ne les attrape



## Variantes

- ~ Au départ sans ballon et peuvent choisir la maison
- ~ Puis avec ballon et obligation de rentrer dans la maison de la bonne couleur
- ~ Chaque joueur reçoit 2 plots (vies) quand il n'en a plus il a perdu et est « éliminé »
- ~ L'ours touche les joueurs avec une soft balle

## Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est de ne pas se faire prendre par le méchant ours ou de ramener un maximum de ballons dans sa maison

## Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ L'animateur n'élimine pas les enfants mais leur retirera une « vie »



# Forme intermédiaire

## défi : ECUREUILS - NOISETTES



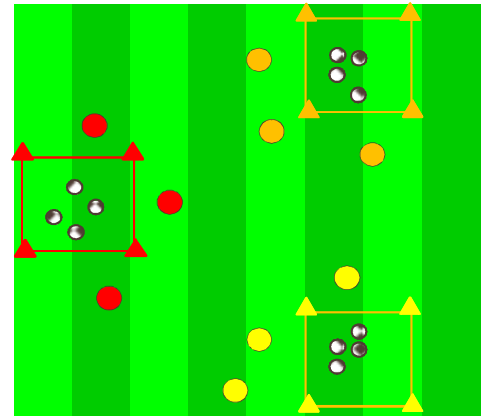
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

- ~ 12 plots
- ~ Minimum 1 ballon/ joueur
- ~ Possibilité d'utiliser des balles de différentes tailles (tennis par ex.)

### Organisation

- ~ Chaque équipe se positionne autour de sa maison (de la couleur de sa chasuble) comprenant des ballons
- ~ Au signal de l'animateur, les joueurs de chaque équipe vont chercher un ballon dans une maison
- ~ Interdiction de protéger sa maison
- ~ Veiller à bien immobiliser le ballon dans sa maison avant de repartir
- ~ Temps max 1 par séquence



### Variantes

- ~ A la main
- ~ Au pied
- ~ Rajouter des obstacles

### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est de avoir le maximum de ballons dans sa maison

### Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller à ce que chaque joueur ne ramène qu'un seul ballon à la fois
- ~ Veiller à ce que le joueur ne gêne pas un autre joueur
- ~ Lors du jeu au pied, conseiller le enfant à garder le ballon près du pied



## Forme intermédiaire

défi :

LE JEU DU BERET



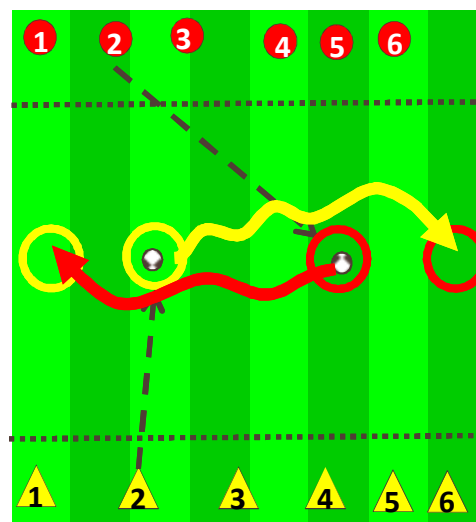
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

### Matériel et descriptif

- ~ 2 ballons
- ~ 4 cerceaux
- ~ Quelques plots jaunes
- ~ ½ terrain diabolins

### Organisation

- ~ 2 groupes de 6 joueurs face à face
- ~ Pour chaque équipe, au milieu, 2 cerceaux + 1 ballon
- ~ L'animateur désigne 2 joueurs en citant un numéro
- ~ Les joueurs vont chercher un ballon dans le cerceau correspondant à leur couleur et le déposent dans celui de la couleur opposée



### Variantes

- ~ L'enfant prend le ballon à la main puis au pied
- ~ L'enfant doit franchir un obstacle (contourner un piquet par ex.) avant de aller chercher le ballon

### Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est de parvenir à gagner son duel à distance avec son adversaire en rapporte une pièce de 10€ à son équipe (un plot jaune)

### Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller à ce que le ballon soit correctement immobilisé dans le cerceau
- ~ Comptabiliser les points : 1 point pour le premier ballon immobilisé





# Forme intermédiaire

défi :

« JEAN A DIT »



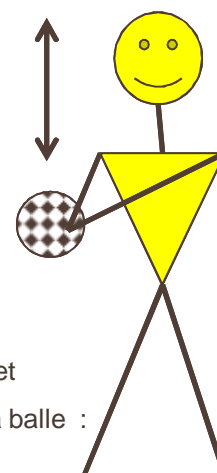
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

## Matériel et descriptif

- ~ 1 ballon (de différentes tailles) par enfant
- ~ ½ terrain diabolins

## Organisation

- ~ Chaque enfant dispose d'un ballon
- ~ Jean (= l'animateur) a dit : l'enfant lance la balle au . dessus de la tête et réalise différents exercices de coordination %il-main avant de rattraper la balle :
  - ~ Frappe 1x dans les mains
  - ~ Frappe 2x dans les mains
  - ~ Frappe dans les mains 1x devant - 1x derrière le dos
  - ~ Nez, pied, genou, etc



## Variantes

- ~ Varier les balles : petites, grandes, molles, forme (Rugby)
- ~ Jouer avec une balle de tennis dans un cône

## Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est de effectuer différents exercices de coordination %il-main correctement

## Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ L'animateur peut démontrer



# Forme intermédiaire

défi :

L'ESQUIVE



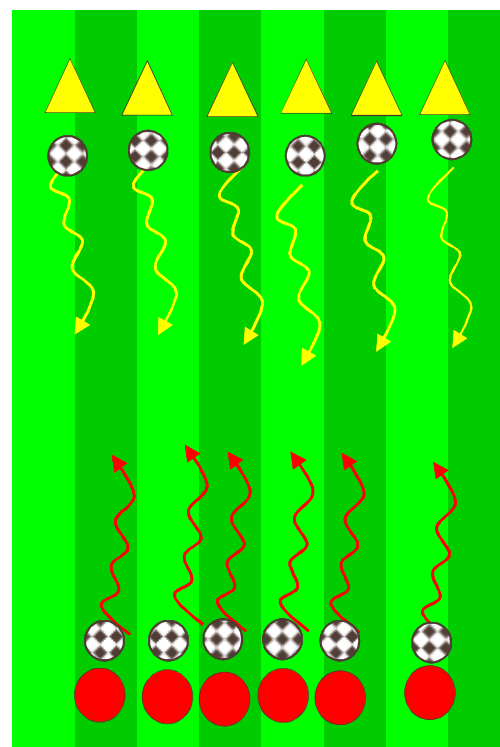
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

## Matériel et descriptif

- ~ 1 ballon (de différentes tailles) par enfant
- ~ ½ terrain diabolins

## Organisation

- ~ 2 groupes de joueurs se répartissent aux extrémités opposées d'un carré
- ~ Au signal de l'animateur, les joueurs de chaque équipe doivent traverser la mer et rejoindre l'île adverse



## Variantes

- ~ Au départ en marchant, ensuite en courant
- ~ Rajouter des obstacles (cônes, cerceaux, etc.)
- ~ Placer un requin qui va essayer de dégager les ballons, ou lancer un petit ballon

## Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est de traverser la mer sans percuter un joueur

## Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Conseiller l'enfant à garder le ballon près du pied et à regarder devant lui



# Forme intermédiaire

défi : 1-2-3...SOLEIL



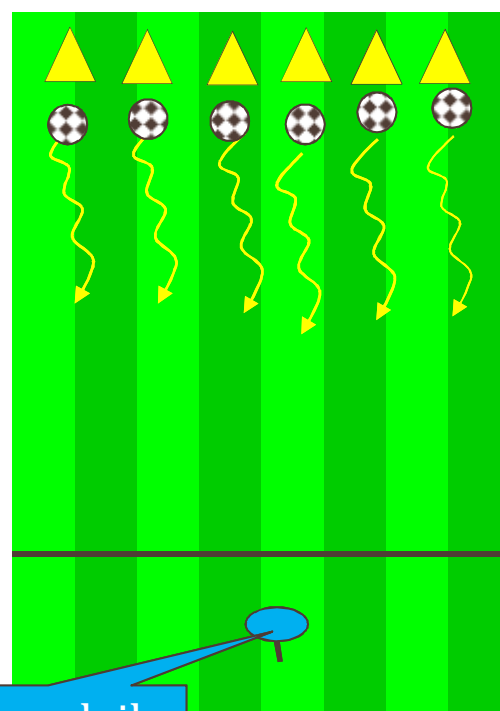
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

## Matériel et descriptif

- ~ 1 ballon (de différentes tailles) par enfant
- ~ ½ terrain diabolins

## Organisation

- ~ Immobiliser le ballon dans la zone d'arrivée
- ~ Le joueur «compteur» fait rebondir le ballon au sol (ou lance la ballon en l'air) et le rattrape en comptant «1-2-3 ... soleil» et se retourne
- ~ L'animateur fait reculer les joueurs qui ne se sont pas immobilisés, dans la zone de départ



## Variantes

- ~ Conduite avec le pied fort / pied faible
- ~ Blocage du ballon avec la semelle, en sautant dessus, en le tenant au dessus de la tête, etc.
- ~ Mise en place d'obstacles
- ~ Le «compteur» conduit le ballon dans sa zone, le signal est donné quand le «compteur» immobilise son ballon (signal visuel)

## Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est d'arriver en 1<sup>er</sup> à atteindre la ligne d'arrivée

## Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur et un rôle d'arbitre,
- ~ Conseiller l'enfant à garder le ballon près du pied et à regarder devant lui



# Forme intermédiaire

défi :

L'EPERVIER



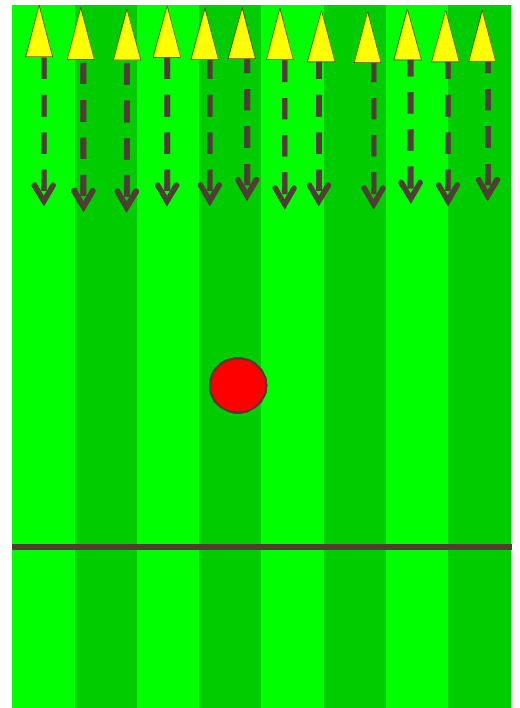
Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

## Matériel et descriptif

- ~ 1 ballon par enfant
- ~ ½ terrain diabolins

## Organisation

- ~ Les éperviers doivent se rendre dans le camp opposé sans se faire attraper par le chasseur
- ~ Tous les éperviers attrapés deviennent chasseurs
- ~ Les joueurs ne doivent pas sortir de la zone de jeu



## Variantes

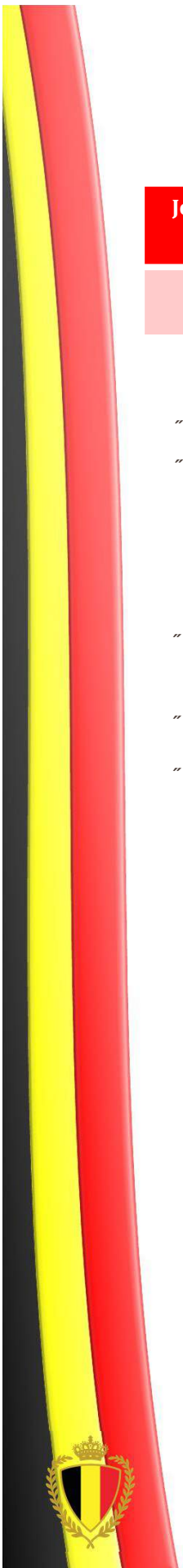
- ~ Sans ballon
- ~ Avec ballon

## Objectif du défi - tâche à réaliser

- ~ Le défi est de traverser le terrain sans se faire prendre par l'épervier

## Rôle de l'animateur

- ~ Animer, encourager, guider et valoriser le joueur
- ~ Veiller à ce que l'exercice soit correctement réalisé : rester dans les limites du terrain



# Forme intermédiaire

défi :



Joueur	Joueur	Déplacement du joueur avec ballon	Trajectoire du ballon	Course Sans ballon	Frappe

**Matériel et descriptif**

**Organisation**

**Variante**

**Objectif du défi - tâche à réaliser**

**Rôle de l'animateur**

